

Kalb-Medaillons, Polenta, Kräuterseitlinge, Blattsalat

Für zwei Personen

Für die Kalbsmedaillons:

2 Kalbsmedaillons a 180 g	20 g Butter	Öl
Salz	Pfeffer	

Für die Polenta:

125 g Maisgrieß	300 ml Gemüsefond	200 ml Sahne
50 g Parmesan	Muskatnuss	Salz

Für die Kräuterseitlinge:

2 mittelgroße Kräuterseitlinge	20 g Butter	Salz, Pfeffer
--------------------------------	-------------	---------------

Für den Blattsalat:

100 g verschiedene Blattsalate	50 g Schinkenspeck	1 EL Reissessig
1 EL neutrales Öl		

Für die Dekoration:

2 Zweige glatte Petersilie	1 TL Rosa Pfeffer	
----------------------------	-------------------	--

Für die Kalbsmedaillons:

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Medaillons abwaschen und trockentupfen. Mit dem Handballen flach drücken, in einer heißen Pfanne mit Öl von beiden Seiten ca. 4 Minuten scharf anbraten. Mit Pfeffer und Salz kräftig würzen, in Alufolie wickeln und in den Ofen geben, bis sie eine Kerntemperatur von 55 Grad erreichen.

Für die Polenta:

Sahne und Fond aufkochen, Maisgrieß mit Schneebesen einrühren. Kurz aufkochen, dann bei geringer Hitze gar ziehen lassen. Parmesan reiben.

Polenta mit Salz und Muskat abschmecken, geriebenen Parmesan unterheben.

Für die Kräuterseitlinge:

Pilze putzen und längs in dünne Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne schmelzen und Kräuterseitlinge darin leicht braun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Blattsalat:

Schinkenspeck in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne in heißem Öl knusprig ausbraten. Mit Essig ablöschen und leicht mit Pfeffer und Salz würzen. Blattsalate waschen und trocken-schleudern. Speck mit Essig-Sud über den Salat geben.

Für die Dekoration:

Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Zusammen mit Rosa Pfeffer als Garnitur verwenden.

Katrin Anter am 16. Mai 2022